



INFORMACION EDUKUES PËR PACIENTËT DHE KUJDESTARËT

# Drejt fundit të jetës: Çfarë mund të prisni ju dhe familja juaj

Ky informacion shpjegon se çfarë mund të prisni ju dhe familja juaj dhe opsionet që keni drejt fundit të jetës.

Ju dhe familja juaj mund të pyesni veten se çfarë ju pret në të ardhmen. We cannot tell you exactly what will happen, because people have different symptoms and needs at the end of life. Ky burim do t'ju ndihmojë të kuptoni disa nga simptomat që mund të përjetoni drejt fundit të jetës dhe mundësitë që keni.

Familja juaj, miqtë dhe kujdestarët e tjerë mund të duan gjithashtu të lexojnë *A Guide for Caregivers* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/guide-caregivers](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/guide-caregivers)). Ai shpjegon problemet me të cilat mund të përballen kujdestarët dhe rendit burimet dhe mbështetjen.

## Rreth planifikimit paraprak të kujdesit

Në MSK, ne duam të sigurohemi që ju i kuptoni opsionet tuaja të trajtimit. Duke i kuptuar mundësitë tuaja, mund të merrni vendime të informuara në lidhje me kujdesin tuaj në fund të jetës. Shteti i Nju Jorkut ka një ligj që ju mbështet në këtë përpjekje. Quhet Akti i Informacionit për Kujdesin Paliativ (2011). Ky ligj kërkon që mjekët dhe ofruesit e shërbimeve të avancuara (APP-të, (infirmierët praktikues dhe asistentët e mjekëve) të diskutojnë opsionet e kujdesit me njerëzit me një sëmundje terminale. Një sëmundje terminale është ajo në të cilën vdekja pritët brenda 6 muajve. Ata duhet të flasin për prognozën tuaj, opsionet e trajtimit, duke përfshirë rreziqet dhe përfitimet, si dhe lehtësimin e dhimbjes dhe simptomave.

Mjeku ose APP-ja juaj do të bisedojnë me ju në lidhje me kujdesin tuaj në fund të jetës. Ata gjithashtu mund t'ju referojnë te një ofrues tjetër i kujdesit shëndetësor për më shumë informacion.

## Plotësoni një formular të Prokurës së Kujdesit Shëndetësor

Një prokurë e kujdesit shëndetësor është një dokument ligjor. Thotë kush do të flasë për ty nëse ti nuk mund të komunikosh vetë. Ky person quhet agjenti ose përfaqësuesi juaj i kujdesit shëndetësor. Ne ju rekomandojmë që të plotësoni një formular të Prokurës së Kujdesit Shëndetësor për të identifikuar personin që i di dëshirat tuaja. Gjithashtu ju rekomandojmë që të flisni paraprakisht me agjentin tuaj të kujdesit shëndetësor për dëshirat tuaja në mënyrë që ai të mund të flasë në emrin tuaj.

- Për të mësuar rreth prokurave të kujdesit shëndetësor dhe direktivave të tjera paraprake, lexoni *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)).
- Për të mësuar rreth të qenit agjent i kujdesit shëndetësor, lexoni *How to Be a Health Care Agent* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent)).

Bisedoni me një anëtar të ekipit tuaj të kujdesit nëse keni pyetje në lidhje me plotësimin e një formulari të Prokurës së Kujdesit Shëndetësor.

## Për pacientë të MSK

Pas vdekjes suaj, llogaria juaj MSK MyChart do të mbyllet. Emri i përdoruesit dhe fjalëkalimi juaj nuk do të funksionojnë më.

Nëse i dashuri juaj ka një llogari ndërmjetësi, ai mund ta përdorë atë për 30 ditë pas vdekjes suaj. Një llogari proxy është një llogari MSK MyChart në emrin e të dashurit tuaj që i lejon atij të shohë informacionin tuaj.

Nëse dëshironi ta ftoni të dashurin tuaj të ketë një llogari proxy, ndiqni këto hapa:

1. Identifikohuni në MSK MyChart.
2. Në pjesën e sipërme majtas, prekni ose klikoni ikonën me 3 rreshta për të hapur Menynë.
3. Shkoni poshtë te Ndarja dhe zgjidhni “Qendra e Ndarjes”.
4. Zgjidhni “Një anëtar i familjes, mik i ngushtë ose kujdestar”.
5. Zgjidhni “Jepni ose anuloni aksesin e vazhdueshëm të ndërmjetësit në të dhënat tuaja për familjen dhe/ose miqtë”.
6. Zgjidhni “Ftoni dikë.”
7. Plotësoni formularin dhe klikoni “Dërgo ftesë.”

Mesazhet në MSK MyChart janë nuk është pjesë e kartelës suaj shëndetësore. Askush nuk mund t’i shohë mesazhet tuaja pas vdekjes suaj.

Të dashurit tuaj mund të kërkojnë të dhënat tuaja shëndetësore duke kontaktuar ekipin e Publikimit të Informacionit të MSK në numrin 646-227-2089 ose në adresën [himroi@mskcc.org](mailto:himroi@mskcc.org).

## Kujdesi paliativ

Kujdesi paliativ është një specialitet mjekësor që përqendrohet në përmirësimin e cilësisë së jetës për njerëzit me një sëmundje të rëndë përmes menaxhimit të

simptomave dhe mbështetjes emocionale. Ndryshe nga kujdesi paliativ, i cili është për njerëzit që janë afër fundit të jetës (shih seksionin “Kujdesi paliativ”), kujdesi paliativ mund të fillojë në çdo moment gjatë një sëmundjeje. Gjithashtu mund të merrni kujdes paliativ së bashku me kimioterapinë dhe trajtime të tjera.

Mjeku juaj i kancerit zakonisht mund të ofrojë kujdes paliativ, por ndonjëherë njerëzit kanë nevojë për kujdes paliativ më të specializuar. Në këtë rast, ju dhe mjeku juaj mund të konsultoheni me Shërbimin e Kujdesit Mbështetës të MSK-së. Shërbimi i Kujdesit Mbështetës përfshin mjekë, infermierë, infermierë praktikues, asistentë mjekësh, punonjës socialë, kapelanë (këshilltarë shpirtërorë), farmacistë dhe ofrues të tjerë të kujdesit shëndetësor. Ekipi punon ngushtë me mjekët tuaj të kancerit për t’ju bërë të ndiheni rehat dhe për të përmirësuar cilësinë e jetës suaj.

Në një moment të caktuar, ju dhe mjeku juaj mund të vendosni që qëllimi i kujdesit tuaj nuk mund të jetë më trajtimi i kancerit tuaj. Në vend të kësaj, qëllimi mund të jetë lehtësimi i simptomave tuaja. Me fokusin e zhvendosur në mbajtjen tuaj të rehatshme, ju dhe familja juaj mund të përqendroheni në cilësinë e kohës që ju ka mbetur. Mund të jetoni për ditë, javë ose shumë muaj.

## Kujdesi paliativ

Kujdesi paliativ është një lloj kujdesi që fillon kur jeta e një personi mund të jetë 6 muaj ose më pak. Qëllimi i kujdesit në kujdesin paliativ është të ofrojë ngushëllim dhe mbështetje ndërsa ndalon çdo trajtim që përpiqet të kurojë një sëmundje. Kujdesi paliativ mund të ofrohet në shtëpi ose në një strukturë shëndetësore.

Qëllimet e kujdesit paliativ janë:

- Të ndihmojë të jetoni rehat në fazën e fundit të jetës tuaj.
- T’ju ndihmojë juve dhe familjen tuaj të përballoni ndryshimet që po ndodhin.
- T’ju ndihmojë të keni një vdekje të qetë.

Mund të merrni në konsideratë kujdesin paliativ nëse kanceri juaj nuk i përgjigjet më trajtimit dhe dëshironi të përqendroheni në menaxhimin e simptomave dhe përmirësimin e cilësisë së jetës tuaj. Mund ta merrni në konsideratë edhe nëse barra e trajtimit është më e madhe se përfitimi i tij. Fillimi i kujdesit hospisi është

vendimi juaj. Mjeku juaj mund të diskutojë kujdesin paliativ me ju dhe familjen tuaj, sepse mund të jetë kujdesi që i plotëson më së miri nevojat tuaja në këtë kohë.

Kujdesi paliativ ofrohet nga një ekip profesionistësh të kujdesit shëndetësor që specializohen në këtë lloj kujdesi. Një mjek i kujdesit paliativ është përgjegjës për planin tuaj të kujdesit. Infermierët dhe ndihmësit e shëndetit në shtëpi janë të përfshirë në kujdesin tuaj të përditshëm. Mund të merrni ndihmë me nevojat fizike, ushqimet dhe punët e lehta të shtëpisë. Një kapelan, punonjës social dhe fizioterapist mund t'ju vizitojë sipas nevojës. Kujdesi paliativ mund të përfshijë edhe vullnetarë që mund të kalojnë kohë me ju.

Ju mund të merrni kujdes paliativ në mjedise të ndryshme, duke përfshirë:

- Në shtëpi.
- Në një strukturë kujdesi të asistuar.
- Në një azil pleqsh.
- Në një strukturë kujdesi afatgjatë.
- Në një spital që specializohet në kujdesin paliativ për njerëzit me kancer.

Kujdesi paliativ mund të paguhet nga Medicare, Medicaid ose sigurimi shëndetësor privat. Kontrolloni me kompaninë tuaj të sigurimeve për të mësuar rreth mbulimit tuaj. Ilaçet që ju ndihmojnë të menaxhoni simptomat dhe pajisjet, të tilla si një karrige dushi dhe një komodë (tualet portativ), zakonisht mbulohen si pjesë e kujdesit tuaj.

Nëse jeni të shtruar në një njësi kujdesi paliativ për pacientë të shtruar, kujdesi paliativ zakonisht ofrohet 24 orë në ditë.

Nëse merrni kujdes paliativ në shtëpi, ka të ngjarë të mos keni kujdes infermieror 24-orësh. Ekipi juaj i kujdesit paliativ do të ndihmojë familjen tuaj të kujdeset për ju. Një infermiere është në gatishmëri 24 orë në ditë për t'ju ndihmuar ju ose familjen tuaj nëpërmjet telefonit. Një asistent shëndetësor në shtëpi zakonisht ofrohet për një numër të kufizuar orësh, disa ditë në javë. Nëse keni nevojë për ndihmë shtesë në shtëpi, mund t'ju duhet të paguani për të.

Nëse vendosni të merrni kujdes paliativ, infermierja juaj e kujdesit paliativ do t'ju tregojë se çfarë mund dhe nuk mund të ofrojë shërbimi. Pyetni menaxherin e rastit tuaj në lidhje me kujdesin paliativ në zonën tuaj.

## Njerëz të tjerë të përfshirë në kujdesin tuaj në fund të jetës

Shumë specialistë të tjerë janë të rëndësishëm në bërjen e kujdesit në fund të jetës sa më paqësor dhe kuptimplotë të jetë e mundur.

### Punonjësit socialë

Punonjësit socialë ofrojnë mbështetje dhe këshillim emocional. Ju dhe familja juaj do të duhet të merrni vendime në lidhje me kujdesin tuaj në fund të jetës. Kjo mund të jetë e vështirë. Mund të mbështeteni te punonjësi juaj social për t'ju ndihmuar të mendoni për atë që dëshironi dhe të identifikoni vlerat dhe qëllimet për ju dhe familjen tuaj.

Punonjësi juaj social gjithashtu mund të:

- Japë mbështetje emocionale rreth çështjeve të tilla si ndryshimi dhe humbja.
- Forcojë aftësitë tuaja dhe të familjes suaj për përballimin e situatave.
- Identifikojë shqetësime specifike që keni ju ose familja juaj.
- Ndhmojë juve dhe familjen tuaj të përgatiteni për vdekjen tuaj.
- Ndhmojë familjen tuaj dhe ekipin e kujdesit të komunikojnë.
- Ofrojë referime në grupe për të afërmit ose grupe mbështetëse dhe burime komunitare.
- Këshillojë anëtarët e familjes, përfshirë fëmijët.

### Menaxherët e rasteve

Në MSK, menaxherët e rasteve janë infermierë të regjistruar. Ata ju ndihmojnë ju dhe familjen tuaj me planifikimin e daljes nga spitali, duke përfshirë:

- Organizojnë shërbime të tilla si kujdesi në shtëpi, kujdesi paliativ në shtëpi ose vendosja në një strukturë kujdesi sipas nevojës.

- Organizojnë vizita infermierie, fizioterapi (PT) dhe vizita të punonjësve socialë, nëse është e nevojshme.
- Organizojnë pajisje mjekësore, nëse është e nevojshme.
- Ndhmojnë juve të zbuloni se çfarë do të mbulohet dhe çfarë nuk do të mbulohet nga sigurimi.

Ata mund të punojnë me ju si pacient i shtruar në spital ose ambulator. Kur jeni në spital, ata punojnë ngushtë me ekipin tuaj të kujdesit.

## Kapelanët

Shqetësimet shpirtërore dhe fetare mund të lindin gjatë një sëmundjeje të rëndë dhe ndërsa afroheni në fund të jetës suaj. Mund të jeni fetar, mund të jeni shpirtëror, ose mund të mos jeni asnjëra nga këto. Sidoqoftë, mund ta gjeni të dobishme të keni dikë që t'ju mbështesë në pyetjet tuaja në lidhje me identitetin, kuptimin, qëllimin, vlerën dhe vlerën.

Kapelanët janë në dispozicion për të:

- Dëgjuar shqetësimet tuaja në lidhje me sëmundjen ose shtrimin në spital pa gjykim.
- Ndhmuar anëtarët e familjes që përjetojnë ndjenja pikëllimi dhe humbjeje.
- Ofruar një prani ngushëlluese.
- Ndhmuar me vendimet në fund të jetës.
- Luten, meditojnë ose bashkohen në ritual me ju.
- Kontaktojnë klerin e komunitetit ose grupet fetare për ju.

Kapelanët tanë janë në gjendje të vlerësojnë nevojat tuaja ndërsa ju dhe familja juaj përballeni me vdekjen tuaj. Klerikë nga komuniteti janë gjithashtu të disponueshëm për shumë tradita fetare. Gjithashtu mund të organizojmë që një klerik nga besimi juaj t'ju vizitojë.

All Faith Chapel nga Mary French Rockefeller ndodhet në dhomën M106 pranë hollit kryesor të Spitalit Memorial në adresën 1275 York Avenue. Është e hapur 24 orë në ditë për lutje, meditim ose kontemplacion të qetë. Të gjithë janë të

mirëpritur.

Për të rregulluar një vizitë nga një prej kapelanëve tanë ose nga një klerik vendas nga një kongregacion protestant, katolik, mysliman ose hebre, telefononi në numrin 212-639-5982. Departamenti i Kujdesit Shpirtëror ndodhet në dhomën C-170, pranë hollit kryesor të Spitalit Memorial.

## Mjekësia Integrative

Shërbimi ynë i Mjekësisë Integrative dhe Mirëqenies ofron terapi që mund të plotësojnë (të shkojnë së bashku me) kujdesin tuaj tjetër. Këto terapi janë për njerëzit me kancer dhe familjet e tyre. Ato nuk janë invazive, zvogëlojnë stresin dhe ndihmojnë në kontrollin e ankthit.

Shumë nga terapitë tona mund të ndihmojnë në kontrollin e dhimbjes, të përzierave, lodhjes, ankthit, depresionit, gjumit të dobët dhe simptomave të tjera. Shërbimi i Mjekësisë Integrative dhe Mirëqenies do t'ju udhëzojë ju dhe familjen tuaj drejt terapive që janë të përshtatshme për ju. Ne ofrojmë masazhe, teknika relaksimi, akupunkturë dhe hipnozë. Në disa raste, ne u mësojmë anëtarëve të familjes të bëjnë prekje të lehta për të qetësuar të dashurin e tyre, ose të mësojnë teknika të imazherisë së udhëhequr. Kontrolloni me kompaninë tuaj të sigurimeve për të parë nëse ata rimburojnë ndonjë nga këto trajtime. Për një listë të plotë, vizitoni [www.mskcc.org/cancer-care/treatments/symptom-management/integrative-medicine](http://www.mskcc.org/cancer-care/treatments/symptom-management/integrative-medicine)

Trajtimet e mjekësisë integruese ofrohen në adresën 205 East 64<sup>th</sup> Street. Për të lënë takim, telefononi 646-608-8550.

## Terapi fizike dhe të punës

Një fizioterapist ose terapist i punës mund të punojë me anëtarët e familjes suaj. Terapisti juaj mund t'i mësojë familjes suaj si të:

- Pozicionoheni dhe rrotulloheni në shtrat dhe karrige.
- Rregulloni pozicionin tuaj që të ndiheni rehat.
- Ju ndihmon të transferoheni në mënyrë të sigurt nga shtrati në karrige ose nga shtrati në komodinë.



- Bëni ushtrime pasive për krahët dhe këmbët. Këto mund t'ju ndihmojnë të ruani pak forcë.
- Të lëvizin trupat e tyre siç duhet në mënyrë që të mos dëmtojnë veten.

## Komunikim i hapur

Përballimi i kancerit është i vështirë. Komunikimi me familjen, miqtë dhe ekipin e kujdesit shëndetësor mund t'ju ndihmojë të përballoni situatën.

Ndërsa bëheni më të varur nga të tjerët, familja dhe miqtë tuaj mund të punojnë së bashku për t'ju ndihmuar. Edhe pse mund të jetë e vështirë, mund ta gjeni të dobishme të filloni një bisedë me familjen dhe miqtë e tu rreth dëshirave dhe ndjenjave tuaja në lidhje me fundin e jetës tuaj. Kjo do të krijojë hapësirën që ju, familja dhe miqtë tuaj të ndani emocione, lot dhe të qeshura. Gjithashtu mund të ofrojë një mundësi për të thënë gjëra që gjithmonë keni dashur t'i thoni.

Të flisni hapur për fundin e jetës dhe vdekjen ju ndihmon juve, familjen dhe miqtë tuaj të planifikoni. Kjo mund të jetë shumë e dobishme. Ju mund ta ndihmoni familjen tuaj të planifikojë varrimin dhe zënë, çështjet financiare dhe shumë gjëra të tjera.

## Të flasësh me fëmijët rreth vdekjes

Diagnoza e një personi të dashur me kancer ndikon te çdo anëtar i familjes, veçanërisht te fëmijët. Fundi i jetës është gjetur të jetë veçanërisht stresues për fëmijët. Mund të ndieni nevojën ta mbronin fëmijën tuaj nga trishtimi dhe konfuzioni që po ndjeni, pavarësisht se sa i vogël apo i vjetër është. Por, është më mirë të jeni i sigurtë për atë që po ndodh. Fëmijëve duhet t'u thuhet se ky person i rëndësishëm në jetën e tyre është shumë i sëmurë dhe mund të vdesë së shpejti. Ajo që ata kuptojnë do të ndryshojë në varësi të moshës dhe pjekurisë së tyre.

Të gjithë fëmijët do ta ndiejnë dhimbjen në mënyrën e tyre. Mund të jetë e dobishme t'i lejojmë ata të marrin pjesë në procesin e fundit të jetës. T'u thuash fëmijëve të vërtetën tani do t'i ndihmosh ata të dinë se mund të të besojnë. Kaloni pak kohë duke iu përgjigjur pyetjeve të tyre. Mundohuni ta bëni të qartë se nëse kanë më shumë pyetje më vonë, do t'u përgjigjeni. Për të mësuar më shumë, lexoni

*Preparing Your Child for a Parent's Death* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/preparing-your-child-parent-s-death](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/preparing-your-child-parent-s-death)) dhe *Helping Your Child After the Death of a Parent* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/helping-your-child-after-death-parent](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/helping-your-child-after-death-parent)).

Nëse keni vështirësi të flisni me fëmijët tuaj, kërkoni ndihmë nga një anëtar i familjes ose një mik. Ka edhe punonjës socialë që mund t'ju ndihmojnë me këtë. Telefononi Departamentin e Punës Sociale në numrin 212-639-7020 dhe kërkoni një referim.

Programi "Biseda me Fëmijët rreth Kancerit" i Departamentit të Punës Sociale ka broshura, libra dhe burime të tjera që do t'ju ndihmojnë të flisni me fëmijët tuaj rreth kancerit dhe fundit të jetës. Vizitoni [www.mskcc.org/experience/patient-support/counseling/talking-with-children](http://www.mskcc.org/experience/patient-support/counseling/talking-with-children) për të mësuar më shumë. Gjithashtu mund të telefononi Qendrën e Këshillimit MSK në numrin 646-888-0200.

## Ushqyerja

Kanceri i avancuar mund të shkaktojë probleme që mund të ndikojnë në oreksin dhe të ngrënit tuaj. Simptomat që mund të keni përfshijnë:

- Ulje të dëshirës për ushqim.
- Ndjenjë të ngopjes vetëm pas disa kafshatave ushqim.
- Ndryshime të shijes.
- Fryrje ose gazra.
- Gojë e thatë.
- Vështirësi në gëlltitje.
- Të përziëra (ndjesia sikur do të vjellni).
- Të vjella.
- Kapsllëk (më pak jashtëqitje se zakonisht).
- Lodhje (ndjenjë e lodhjes ose dobësisë së pazakontë).

Është normale të hani dhe pini më pak ndërsa i afroheni vdekjes dhe trupi juaj

ngadalësohet. Në javët e fundit të jetës, qëllimi është t'ju mbajmë të rehatshëm. Nuk ka rregulla se cilat ushqime duhet të hani. Hani ushqimet që dëshironi të hani. Nëse më parë keni qenë në një dietë të kufizuar (siç është një dietë diabetike), ofruesit e kujdesit shëndetësor mund t'ju thonë të ndiqni një dietë më pak kufizuese ose të rregullt. Kjo mund t'ju japë më shumë zgjedhje për të shijuar ushqimin tuaj dhe t'ju lejojë të hani më shumë.

## Hani vakte të vogla më shpesh

Ngrënia e vakteve të vogla më shpesh gjatë ditës është zakonisht më e mira. Vaktet e mëdha mund të jenë shumë të ngopura ose të tepërta. Vendosni porcione më të vogla ushqimi në pjata sallate ose në diskana. Kjo mund t'i bëjë ata më tërheqës. Proveni të hani ushqime të vogla ose të merrni lëngje në gllënjka gjatë gjithë ditës. Mbani ushqimet tuaja të preferuara afër.

## Gojë e thatë

Gojë e thatë mund të jetë problem në këtë kohë. Disa ilaçe që mund të jeni duke marrë mund ta përkeqësojnë atë. Mund t'i gjeni ushqimet e buta dhe të lagështa dhe lëngjet më qetësuese. Proveni:

- Mjaltë, pjepër, shalqi ose fruta të tjera që kanë shumë ujë.
- Pudingje.
- Kos frutash.
- Gjizë me fruta.
- Akullore, sherbet ose akullore akulloresh.
- Supa.
- Makarona me djathë.
- Mish me salcë.
- Pure patatesh me salcë.
- Vezë të fërguara.
- Qumësht i përzier.
- Suplemente ushqyese.

## Ushqyerja në ditët e fundit

Në këtë pikë, nuk po hani më ushqim për kalori dhe proteina. Edhe nëse ushqeheni mirë, mund të mos shtoni në peshë. Kjo është natyra e kancerit drejt fundit të jetës. Kur nuk e shijoni më ushqimin, vaktet mund të jenë stresuese. Familja juaj mund t'ju inkurajojë të hani më shumë. Kjo mund të jetë një mënyrë për ta për të treguar dashurinë dhe mbështetjen e tyre. Nëse të ngrënit nuk të pëlqen, mund ta gjesh të dobishme t'ia tregosh familjes këtë informacion.

Në ditët e fundit, trupi yt mund të mos jetë në gjendje të përpunojë ushqimin ose lëngjet si zakonisht. Është normale të ndalosh së ndjeri etje dhe uri. Shumë njerëz nuk duan të hanë ushqim drejt fundit të jetës. Ky është një proces normal ndërsa afrohet vdekja. Detyrimi për të ngrënë ushqim dhe lëngje në këtë kohë mund të shkaktojë dëm. Familja dhe miqtë tuaj mund ta gjejnë të dobishme të flasin me një dietolog klinik ose me ekipin tuaj të kujdesit për t'i ndihmuar ata të kuptojnë se çfarë po ndodh.

## Hidratimi

Nëse nuk mund të hani ose pini shumë, mund të dehidratoheni. Simptomat e dehidratimit përfshijnë gojë dhe lëkurë të thatë, urinim të pakët (urinim) dhe urinë të errët me ngjyrë qelibar. Mbajtja e gojës të pastër dhe të lagësht me shtupë të lagura, akull të thërrmuar ose gllënjka të vogla uji mund të rrisë rehatinë tuaj.

Ju dhe ofruesi juaj i kujdesit shëndetësor do të vendosni nëse duhet të merrni lëngje intravenoze (IV) përmes venës suaj. Për disa njerëz, hidratimi është një kërkesë fetare. Hidratimi mund të lehtësojë edhe delirin.

Në fund të jetës, lëngjet intravenoze mund t'ju bëjnë të ndiheni më keq, jo më mirë. Mund të rrisë sekrecionet në mushkëritë tuaja. Kjo mund t'ju bëjë të kolliteni më shumë ose të keni ndjesinë e mbytjes. Sasi të mëdha lëngjesh mund të bëjnë që krahët dhe këmbët tuaja të fryhen. Kjo mund t'i bëjë ata të ndihen të rëndë dhe ta bëjë të vështirë lëvizjen tuaj. Ju dhe ofruesi juaj i kujdesit shëndetësor duhet të bisedoni se si mund të merrni sasinë e duhur të lëngjeve për t'ju mbajtur të rehatshëm.

Nëse ju dhe mjeku juaj vendosni që lëngjet intravenoze në shtëpi do të ishin të dobishme për ju, do t'ju duhet ndihma e një shërbimi infermieror dhe një

kompanie infuzioni në shtëpi. Do t'ju duhet gjithashtu mbështetja e kujdestarit. Menaxheri i rastit tuaj do ta organizojë këtë për ju.

## Simptoma të zakonshme në fund të jetës

Njoftoni ofruesin tuaj të kujdesit shëndetësor nëse keni ndonjë nga simptomat e mëposhtme. Trajtimi i hershëm i bën ato shumë më të lehta për t'u kontrolluar. Gjithashtu do t'ju bëjë të ndiheni më rehat.

### Konfuzion, shqetësim dhe agjitacion

Ndërsa vdekja afrohet, disa njerëz bëhen të hutuar dhe të shqetësuar. Kur njerëzit janë të hutuar, ajo që thonë mund të mos ketë kuptim të vërtetë. Ata mund të shohin gjëra që nuk janë aty. Kjo mund të jetë shumë e vështirë për t'u parë nga familjet dhe për t'u përjetuar nga ju. Familja jote duhet të kujtojë se ti nuk je ky/kjo. Kjo është për shkak të sëmundjes dhe asaj që po i ndodh trupit tuaj.

Ndonjëherë konfuzioni çon në ndjenjën e kërcënimit. Një person i hutuar mund t'i akuzojë anëtarët e familjes për vjedhje ose për kryerjen e gjërave të tjera të këqija. Përsëri, kjo simptomë është pjesë e sëmundjes dhe duhet të trajtohet.

Disa njerëz mund të ndihen të shqetësuar. Gjëra të ndryshme mund të shkaktojnë shqetësim, përfshirë dhimbjen. Mund të ndodhë edhe vetvetiu. Këto simptoma mund të ndryshojnë në intensitet.

### Trajtimi

Ofruesit e kujdesit shëndetësor trajtojnë konfuzionin dhe agjitacionin duke adresuar shkakun themelor kur është e mundur. Mund të ketë shumë shkaqe për këto simptoma në fund të jetës. Cilido qoftë shkak, simptomat duhet të trajtohen. Zakonisht kjo përfshin ilaçe që ndihmojnë në qetësimin e trupit. Ilaçi mund t'ju ndihmojë gjithashtu të mendoni më qartë.

### Gjëra që mund të bëjë familja juaj

- Mbajë dhomën të ndriçuar mirë gjatë ditës.
- Vendosë një orë afër që të shihni kohën.
- Vendosë një kalendar ose një shënim qartësisht të dukshëm që tregon datën, si

p.sh. "Sot është e hënë, 10 mars 2025."

- Ulë zhurmën në dhomë.
- Vazhdojë t'ju ndihmoni të mbani aparatet e dëgjimit ose syzet kur është e mundur.
- T'ju japë ilaçe kundër dhimbjeve.
- Flasë me qetësi dhe butësi.
- Shpjegojë të gjitha veprimet përpara se të përfundojnë. Për shembull, ata mund të thonë "Do të të kthej tani".
- Vendosë objekte të njohura përreth jush.
- Nxitë relaksim dhe gjumin.
- T'ju japë oksigjen, nëse rekomandohet nga ofruesi juaj i kujdesit shëndetësor.
- T'ju japë ilaçe për të trajtuar delirin.
- Shmangë bërjen e çdo gjëje që ju bën të ndiheni në siklet ose të keni frikë.

## Kapsllëku

Kapsllëku nuk është numri juaj i zakonshëm i jashtëqitjeve. Mund të mos e zbrazi plotësisht zorrën ose mund të keni vështirësi në nxjerrjen e jashtëqitjes së fortë. Ndërsa i afroheni fundit të jetës, duhet të prisni ende të keni jashtëqitje, edhe nëse nuk hani shumë.

Kapsllëku mund të jetë një efekt anësor i pakëndshëm i ilaçeve. Më të zakonshmet janë ato për të trajtuar dhimbjen, të përzierat dhe depresionin, por edhe ilaçe të tjera mund ta shkaktojnë atë. Kapsllëku mund të shkaktohet edhe nga vetë sëmundja, pasi tumori rritet dhe prek organe të ndryshme. Dieta dhe aktiviteti i zvogëluar mund ta përkeqësojnë atë.

## Trajtimi

Ka shumë ilaçe pa recetë (ilace që merren pa recetë) që trajtojnë kapsllëkun, siç janë zbutësit e jashtëqitjes dhe laksativët. Disa shembuj të këtyre ilaçeve janë sena (Senokot®) dhe polietilen glikoli (Miralax®). Mund të keni edhe jashtëqitje të forta kur keni kapsllëk. Ekzistojnë gjithashtu ilaçe pa recetë që trajtojnë jashtëqitjet e forta, siç është dokusati i natriumit (Colace®). Nuk keni nevojë për recetë për këtë

ilaç, por bisedoni me ekipin tuaj të kujdesit shëndetësor përpara se të filloni t'i merrni ato.

Pyetni ofruesin tuaj të kujdesit shëndetësor se çfarë ilaçi duhet të merrni dhe në çfarë doze. Nëse këto nuk funksionojnë, tregoni ofruesit tuaj të kujdesit shëndetësor. Mund t'ju duhet një recetë për një ilaç më të fortë.

## **Gjëra që mund të bëni**

Përpiquni të pini lëngje, nëse është e mundur, duke përfshirë ujë, lëngje, supa dhe akullore. Gjithashtu mund të flisni me dietologun tuaj klinike rreth ushqimeve që mund të ndihmojnë me kapsllëkun. Ndërsa i afroheni fundit të jetës suaj, ndryshimet në dietën tuaj mund të mos jenë të mundura sepse do të hani më pak.

## **Diarre**

Diarreja është jashtëqitje e lëngshme dhe e ujshme. Në fund të jetës, si sëmundja ashtu edhe trajtimi i saj mund të shkaktojnë diarre.

## **Trajtimi**

Pyetni ofruesin tuaj të kujdesit shëndetësor nëse mund të merrni ilaçe pa recetë, të tilla si:

- Loperamide (Imodium®)
- Subsalicilat bizmuti (Pepto Bismol® ose Kaopectate®)

## **Gjëra që mund të bëni**

Ofruesi juaj i kujdesit shëndetësor mund t'ju inkurajojë të pini më shumë lëngje për të ndihmuar në parandalimin e dehidrimit. Pini lëngje të kthjellëta, të tilla si lëng molle, ujë, lëng mishi dhe akullore. Provoni të thithni akullore. Nëse nuk mund të gëlltisni, mbajeni gojën të lagësht me një sasi të vogël copash akulli. Mbajini buzët të lagura me balsam buzësh nëse nuk mund të pini.

Shmangni qumështin dhe produktet e tjera të qumështit. Mos hani ushqime që janë irrituese, siç janë ushqimet pikante. Hani vakte të vogla, më shpesh sa herë që të jetë e mundur.

Mund të provoni gjithashtu të vishni peceta për inkontinencën e urinës për të rritur

kur jeni në shtrat. Mund t'i gjeni në farmaci dhe në disa dyqane ushqimore. Ato përfshijnë:

- Depends®
- Tena®
- Serenity®

Është gjithashtu e rëndësishme të mbani zonën pranë rektumit tuaj të pastër. Është e rëndësishme të ndërroni peceta shpesh për të parandaluar acarimin e lëkurës. Lani zonën me sapun të butë dhe ujë. Aplikoni pomadë pas çdo jashtëqitjeje. Pomadat që mund të përdorni përfshijnë:

- A&D®
- Balmex®
- Desitin® pomadë

## Vështirësi në gëlltitje

Mund të keni ndjesinë sikur ushqimi ju është bllokuar në fyt, gjë që mund t'ju bëjë të kolliteni pas gëlltitjes. Kjo mund të shkaktojë aspiratë (kur ushqimi futet në mushkëri). Aspirimi mund të shkaktojë pneumoni (infeksion të mushkërive). Këto simptoma janë më të zakonshme tek njerëzit që kanë kancer në gjoks ose qafë. Tregoni ofruesit tuaj të kujdesit shëndetësor nëse keni këto simptoma. Për të mësuar më shumë, lexoni *How To Prevent Aspiration* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-prevent-aspiration](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-prevent-aspiration)).

## Trajtimi

Ofruesi juaj i kujdesit shëndetësor mund t'ju thotë se nuk është e sigurt të hani ose pini fare. Në atë rast, mund të keni nevojë për hidratim IV. Lexoni seksionin e quajtur "Hidratimi" për të mësuar më shumë.

## Gjëra që mund të bëni

Mund t'ju duhet vetëm të ndryshoni dietën tuaj, duke përfshirë copëtimin e ushqimit ose purejen e tij për ta bërë më të lehtë gëlltitjen. Mund të përdorni edhe një agjent trashës, siç është Thicken-Up®, për ta bërë të sigurt për gëlltitje. Flisni me një dietolog klinik për të mësuar më shumë.



## Depresioni dhe ankthi

Koha që çon në vdekje mund të jetë shumë e vështirë. Ndjenja e trishtimit dhe ankthit është normale dhe e pritshme. Nëse mendoni se depresioni dhe ankthi po ndërhyjnë në shumicën e fushave të jetës suaj, flisni me ofruesin tuaj të kujdesit shëndetësor.

Ndonjëherë mund të jetë i dashuri juaj që është në depresion ose në ankth. Pyesni mjekun, infermieren ose punonjës social për shërbimet mbështetëse që ofrohen për kujdestarët ose lexoni *Caregiver Support Services* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/caregiver-support-services](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/caregiver-support-services)).

## Trajtimi

Depresioni dhe ankthi mund të trajtohen me terapi të të folurit, ilaçe ose të dyja. Bisedoni me ekipin tuaj të kujdesit shëndetësor rreth asaj se si ndiheni, në mënyrë që ata të mund t'ju ndihmojnë.

MSK gjithashtu ka këshilltarë për ju dhe familjen tuaj në Qendrën e Këshillimit MSK. Këshilltarët tanë ofrojnë këshillim për individë, çifte, familje dhe grupe, si dhe ilaçe për të ndihmuar me ankthin ose depresionin. Për të kontaktuar Qendrën e Këshillimit MSK, telefononi në numrin 646-888-0200.

## Lodhje

Lodhja do të thotë të ndihesh jashtëzakonisht i lodhur dhe i dobët. Është simptoma më e zakonshme në fund të jetës. Mund të variojë nga e lehtë në të rëndë. Njerëzit shpesh na thonë se nuk mund të ecin as për distanca të shkurtra. Lodhja mund të përkeqësojë edhe simptoma të tjera, të tilla si depresioni, trishtimi dhe ndjenjat e humbjes. Të gjitha këto janë të zakonshme në fund të jetës.

Injorimi ose përpjekja për ta përballuar dhimbjen mund të shkaktojë stres dhe ta përkeqësojë lodhjen tuaj. Mos prisni derisa niveli i dhimbjes suaj të jetë i lartë për të marrë ilaçe kundër dhimbjeve.

## Trajtimi

- Ilaçet mund të ndihmojnë me lodhjen. Mund t'i merrni këto kur të keni nevojë. Nuk keni pse t'i merrni çdo ditë. Mjeku ose APP-ja juaj mund t'ju përkrahin.

ato në recetë.

- Iaçet kundër ankthit ose ilaçet kundër depresionit mund t'ju ndihmojnë të ndiheni më mirë në përgjithësi. Pyesni ofruesin tuaj të kujdesit shëndetësor nëse duhet t'i provoni.
- Trishtimi mund ta përkeqësojë lodhjen tuaj. Nëse ndiheni kështu, flisni për këtë me familjen dhe miqtë tuaj. Tregojini mjekut, infermieres, APP-së, punonjësit social ose kapelanit tuaj. Nëse ata e kuptojnë se si ndiheni, mund të përpiqen t'ju ndihmojnë.

## Gjëra që mund të bëni

- Përpiquni të ecni në distanca të shkurtra çdo ditë, nëse mundeni. Të qëndruarit ulur ose të ngriturit nga shtrati mund të ndihmojë në uljen e lodhjes nëse keni vështirësi në ecje.
- Leximi, shkrimi ose zgjidhja e një enigme mund t'ju mbajë më vigjilentë. Kjo mund të zvogëlojë lodhjen tuaj.
- Kurseni energjinë tuaj. Mos kini frikë të kërkonit ndihmë me gjëra të thjeshta, të tilla si larja ose ngrënia. Mundohuni të planifikoni aktivitetet për momentin kur keni më shumë energji, si për shembull kur zgjoheni për herë të parë. Planifikoni periudha pushimi midis aktiviteteve për t'ju ndihmuar të merrni frymë mirë.

## Të përzierat dhe të vjella

Të përzierat dhe të vjellat janë simptoma që mund të shfaqen në fund të jetës. Të përzierat mund të fillojnë si një ndjenjë e pakëndshme, si të përzierat nga udhëtimi. Mund të shkaktojë ose jo të vjella.

## Trajtimi

Mjeku juaj zakonisht mund t'ju japë ilaçe për të kontrolluar të përzierat dhe të vjellat.

## Gjëra që mund të bëni

- Mos u përpiqni të hani derisa simptomat të përmirësohen. Mund të jetë e dobishme të pini lëngje, siç është çaji i ngrohtë.

- Kapsllëku mund të shkaktojë të përziera dhe të vjella, prandaj përpiquni ta parandaloni atë. Shihni seksionin “Kapsllëk”.
- Nëse mendoni se ilaçet tuaja kundër dhimbjeve ose ilaçe të tjera po ju shkaktojnë të përziera dhe të vjella, njoftoni ofruesin tuaj të kujdesit shëndetësor. Ata mund të jenë në gjendje ta ndryshojnë atë.
- Hani vakte të vogla.
- Shmangni ushqimet pikante. Këto mund të shkaktojnë të përziera për shkak të aromës së tyre. Mundohu të hash ushqime të buta, siç janë buka e thekur dhe biskota me kripë.
- Shmangni aromat e forta dhe parfumet. Kërkojuni familjes dhe miqve tuaj të bëjnë të njëjtën gjë kur janë pranë jush.
- Provoni teknika të tjera, të tilla si akupunktura, relaksimi, shpërqendrimi dhe hipnoza. Ju mund t’i praktikoni këto teknika në shtëpi pasi të njiheni me to. Shërbimi ynë i Mjekësisë Integrative dhe Mirëqenies mund t’ju mësojë disa nga këto teknika. Vizitoni [www.mskcc.org/cancer-care/treatments/symptom-management/integrative-medicine](http://www.mskcc.org/cancer-care/treatments/symptom-management/integrative-medicine) për të mësuar më shumë.

## Dhimbje

Kontrollimi i dhimbjes është një pjesë e madhe e kujdesit tuaj për kancerin dhe është shumë i rëndësishëm në fund të jetës suaj. Tregojini ofruesit të kujdesit shëndetësor nëse keni ndonjë dhimbje të re ose nëse dhimbja përkeqësohet.

## Trajtimi

Merrni ilaçet kundër dhimbjeve për aq kohë sa të mundeni dhe sipas një orari të rregullt. Është më mirë ta merrni kur niveli i dhimbjes është në 3 ose 4 në një shkallë nga 0 deri në 10. Nëse keni vështirësi në gëlltitjen e pilulave, flisni me ekipin tuaj të kujdesit. Mund ta merrni ilaçin në mënyra të tjera.

Disa njerëz mund të kenë procedura, të tilla si radioterapia paliative ose bllokime nervore, për të lehtësuar dhimbjen. Terapia paliative me rrezatim jepet për të ndihmuar me simptomat, jo për të kuruar kancerin. Mund të përdoret gjithashtu për të tkurrur një tumor që shkakton dhimbje duke shtypur nervat.

## Gjëra që mund të bëni

Bisedoni me ofruesin tuaj të kujdesit shëndetësor. Disa njerëz shqetësohen se marrja e shumë ilaçeve kundër dhimbjeve mund të shkaktojë varësi ose të përshpejtojë vdekjen. Njerëz të tjerë janë të shqetësuar për efektet anësore të ilaçeve kundër dhimbjeve. Tregojini ofruesit tuaj të kujdesit shëndetësor nëse keni këto shqetësime. Ekipi juaj i kujdesit dëshiron t'ju bëjë të ndiheni sa më rehat të jetë e mundur kur jeni duke vdekur. Kjo përfshin kontrollin agresiv të dhimbjes suaj, duke zvogëluar njëkohësisht efektet anësore të ilaçeve.

## **Vështirësi në frymëmarrje (dispnea)**

Vështirësia në frymëmarrje është e zakonshme në fund të jetës. Ndhieni sikur nuk mund të merrni ajër të mjaftueshëm. Mund të ndodhë tek njerëzit me çdo lloj kanceri në fund të jetës. Mund të ketë më shumë se një shkak për gulçimin tuaj.

Gulçimi mund të jetë i ndryshëm për të gjithë. Mund të keni gulçim vetëm kur ngjiteni shkallët ose mund ta përjetoni kur jeni në qetësi. Tregoni ofruesit tuaj të kujdesit shëndetësor nëse keni këtë simptomë. Mund të trajtohet.

## **Trajtimi**

Trajtimi për gulçimin varet nga ajo që po e shkakton atë tek ju. Disa njerëz mund të kenë nevojë të heqin lëngun që u shtyp mushkëritë ose mund të kenë nevojë për transfuzion gjaku. Mund të merrni ilaçe për të relaksuar muskujt në rrugët e frymëmarrjes ose ilaçe kundër dhimbjeve për të lehtësuar ndjenjën e gulçimit. Oksigjeni mund të ndihmojë gjithashtu në lehtësimin e frymëmarrjes.

Ka shumë mënyra për të përmirësuar këtë simptomë. Është e rëndësishme t'i tregoni ofruesit tuaj të kujdesit shëndetësor se si ndiheni. Nëse ende ndjeni vështirësi në frymëmarrje pas një lloj trajtimi, mund të ketë hapa të tjerë që ata mund të ndërmarrin.

## **Gjëra që mund të bëni**

- Planifikoni periudha pushimi midis aktiviteteve për t'ju ndihmuar të merrni frymë. Nëse të folurit ua përkeqëson frymëmarrjen, shkurtoni kohën me vizitorët.
- Gjeni një pozicion të rehatshëm. Të qëndruarit ulur e bën frymëmarrjen më të lehtë. Provoni të përdorni një jastëk ose mbështetëse shpine kur shtrihen në

shtrat. Të flini ose të dremitni në një kolltuk mund t'ju bëjë të ndiheni më rehat.

- Hapni një dritare ose përdorni një ventilator për të mbajtur ajrin në lëvizje në dhomë. Kjo shpesh i bën njerëzit të ndihen sikur po marrin më shumë ajër.
- Drejtojeni një ventilator direkt në fytyrën tuaj. Kjo mund të ndihmojë me gulçimin.
- Në dimër, përdorni një lagështues ajri. Njerëzit shpesh marrin frymë me gojë kur ndiejnë mungesë frymëmarrjeje. Kjo mund ta bëjë gojën tuaj të ndihet e thatë. Shtimi i lagështirës në ajër me një lagështues mund t'ju bëjë të ndiheni më rehat. Pirja e pijeve të ngrohta ose thithja e tabletave për thithje ose karamelave të forta mund të ndihmojë gjithashtu.
- Bëni çdo aktivitet që ju ndihmon të qetësoheni dhe të relaksoheni. Proveni lutjen, meditimin, dëgjimin e muzikës ose ushtrime relaksuese.

## **Sekrecione terminale**

Në orët e fundit të jetës, mund të keni një zhurmë kërcitjeje në frymëmarrje. Kjo ndodh sepse pështyma ose lëngjet mbliidhen në fyt ose në rrugët e sipërme të frymëmarrjes. Kjo quhet sekrecione terminale. Mund të jesh shumë i dobët për t'i pastruar ato. Mund të mos ju bëjë të ndiheni në siklet, por mund të shqetësojë familjen dhe miqtë tuaj.

## **Trajtimi**

Mjeku juaj mund të urdhërojë ilaçe për të ulur sekrecionet.

## **Gjëra që mund të bëjë familja juaj**

Ata mund të ndryshojnë pozicionin tuaj për të parë nëse kjo e ndalon. Ata duhet të shmangin thithjen sepse mund të shkaktojë shqetësim.

## **Kur vdekja është afër**

Në fund të jetës, do të ndiheni më të lodhur. Ju:

- Mund të qëndroni në shtrat për periudha më të gjata gjatë ditës.
- Ka të ngjarë të flisni më pak. Kur e bëni këtë, mund ta bëni me një pëshpëritje.
- Mund të keni pak dëshirë për të ngrënë ose pirë.

Temperatura e trupit tuaj mund të bëhet më e ftohtë. Frymëmarrja mund të bëhet sipërfaqësore. Një psherëtimë mund të pasohet nga një periudhë pa frymëmarrje. Ky model do të vazhdojë për njëfarë kohe, shpesh me orë të tëra. Ngjyra e lëkurës suaj mund të ndryshojë dhe të bëhet më e zbehtë ose gri. Qarkullimi i gjakut në duar dhe këmbë do të ulet dhe ato mund të bëhen të ftohta në prekje. Gjatë orëve të fundit të jetës, mund të mos flisni. Mund të duket sikur jeni në koma ose duke fjetur. Por, mund të jeni ende në gjendje të dëgjoni zëra.

Këto procese janë normale në fund të jetës, por mund të jenë të frikshme për ju dhe familjen tuaj nëse nuk jeni të përgatitur për atë që ju pret. Bisedoni me ekipin tuaj të kujdesit për çdo pyetje dhe shqetësim që mund të keni ju dhe familja juaj.

## Shërbimet për humbjen e të afërmit

Pas vdekjes së një personi, punonjësit socialë të MSK mund të:

- Ndhmojnë të dashurit me ndjenjat që lidhen me vdekjen tuaj.
- Të takohen me familjen tuaj për t'i ndihmuar ata me çdo plan që nevojitet, duke përfshirë ofrimin e informacionit dhe burimeve në lidhje me opsionet e funeralit.
- Bisedoni me familjen tuaj në lidhje me shërbimet e humbjes së të afërmit të ofruara në MSK, duke përfshirë grupet e mbështetjes dhe këshillimin personal.
- Bisedoni me familjen tuaj rreth shërbimeve të tjera në komunitet që mund të ndihmojnë gjatë kësaj kohe të vështirë.

Mund të mësoni më shumë rreth Programit të Zisë MSK duke telefonuar në numrin 646-888-4889.

Është e vështirë të mendosh për vdekjen, por shumë njerëz besojnë se mund të jetë një kohë rritjeje dhe afërsie me familjen dhe të dashurit. Vdekja është e ndryshme për të gjithë. Qëllimi ynë është t'ju ndihmojmë ju dhe të dashurit tuaj gjatë kësaj kohe me rehati, paqe dhe dinjitet.

## Burimet

Instituti Kombëtar i Kancerit

Përballimi i Kancerit të Avancuar: Zgjedhje për Kujdes Pranë Fundit të Jetës  
[www.cancer.gov/publications/patient-education/advanced-cancer](http://www.cancer.gov/publications/patient-education/advanced-cancer)

Kujdesi në Fund të Jetës për Njerëzit që kanë Kancer  
[www.cancer.gov/about-cancer/advanced-cancer/care-choices/care-fact-sheet](http://www.cancer.gov/about-cancer/advanced-cancer/care-choices/care-fact-sheet)

Ditët e Fundit të Jetës  
[www.cancer.gov/about-cancer/advanced-cancer/caregivers/planning/last-days-pdq#section/all](http://www.cancer.gov/about-cancer/advanced-cancer/caregivers/planning/last-days-pdq#section/all)

Kur dikush që doni ka kancer të avancuar: Mbështetje për Kujdestarët  
[www.cancer.gov/publications/patient-education/when-someone-you-love-has-advanced-cancer](http://www.cancer.gov/publications/patient-education/when-someone-you-love-has-advanced-cancer)

**Biblioteka Kombëtare e Mjekësisë e SHBA-së**  
Çështje të Fundit të Jetës  
<https://medlineplus.gov/endoflifeissues.html>

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Për më shumë informacione, vizitoni [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) për të kërkuar në bibliotekën tonë virtuale.

---

Toward the End of Life: What You and Your Family Can Expect - Last updated on March 11, 2025  
Të gjitha të drejtat zotërohen dhe rezervohen nga Memorial Sloan Kettering Cancer Center